我最想恢復記憶找回一切記憶

因為我失去記憶了
所以我只能依靠我過去寫的一大堆筆記
和一大堆日記找回我的記憶
雖然我失去記憶了
但是我的記憶都在筆記本和日記本裡
我分享我的筆記和日記

2013 年 2 月 11 日
如果有一天
我的妹妹劉玲君能了解我這個哥哥有那麼那麼多麼的傷心
還有我的朋友能了解我這個朋友有多麼多麼多麼多麼的痛心
那我就會非常非常非常疼惜我的妹妹和朋友

2013年2月12日
如果有一天
我的親人和朋友都能了解我是多麼多麼
多麼的孤獨和悲傷
以及了解我有多麼多麼多麼的善良和沉
默所帶來的巨大痛苦
那我就會非常非常非常的疼惜我的親人
和朋友

2013年2月12日
我
就是一個孤獨的出現在人群之中
又是一個孤獨的離開人群的人
這就是我
所以我總是孤獨的
想找人說話
卻又不敢找人說話
所以我總是孤獨一個人
所以我總是一個人孤獨的出現在人群之
中

又一個人孤獨的離開人群
因為我在人群之中總是孤獨的
想找人說話
卻又不敢找人說話
所以我總是孤獨一個人
所以我總是一個人孤獨的在人群之中
又一個人孤獨的離開人群

2013 年 2 月 12 日
無論如何
我總是堅持一顆善良的心

徐冬蓮
每一次有人讚美我
我就感覺非常傷心
我不知道為什麼

徐冬蓮
每一次有人說我很善良
我就非常傷心

我不知道為什麼會這樣
但是我還是喜歡被人說
善良
而且所有讚美我的話裡面我只喜歡聽善良

Mary Lam 我不知道
應該不可能是喜極而泣

吳佳儒 我是想為自己寫一個新的角色
但是我的舊情緒更需要被理解

我經常受苦於失去一切記憶
還好我過去有寫一大堆筆記
還好我過去有寫一大堆日記
不然我是完全沒有記憶的
我說過我有 3000 本筆記本
我說過我有 4000 本日記本
其實我沒有 3000 本筆記本
其實我沒有 4000 本日記本

我之所以說我有 3000 本筆記本
是因為我過去寫了太多太多太多筆記
我之所以說我有 4000 本日記本
是因為我過去寫了太多太多太多日記
我只知道自己從12歲就罹患精神疾病
住了很久很久很久的精神病院
吃了很久很久很久的精神疾病的藥
受了很久很久很久的精神疾病之苦
受了很久很久很久的失去記憶之苦
今天我感覺非常非常非常的痛苦
所以我今天無法分享我的筆記和日記
但是我不知道為什麼
我也不知道這樣是不是對不起大家
我覺得對不起自己
也覺得對不起大家
對不起自己
對不起大家
對不起

俞瑄 因為我想要記得一切 但是都想不

起來
所以非常痛苦

感謝大家
也對不起大家
我給大家按哭臉
是因為我真的有苦衷

因為我失去記憶了
所以我一直都在我過去寫的一大堆筆記
和一大堆日記尋找我的記憶
雖然我失去記憶了
但是我的記憶都在我過去寫的筆記本和
日記本裡
我分享我的筆記和日記

100 年 8 月 30 日
今天我第一天住北醫精神科急性病房
我看不到所有的人
卻聽得到所有人的聲音

我看得到所有的人
卻聽不到所有人的聲音
我看到人就是沒有看到人
我跟人說話
他看得到我
我卻看不到他
我看不到所有的人
卻看得到所有的東西
也知道所有的事情
人怎麼都不見了
北醫精神科急性病房裡面
為什麼沒有人
只有我一個人

100 年 8 月 30 日
請問劉姿妤護士和李俐璇護士
1 我為什麼看不見所有的人?
2 我看不見所有的人
　但為什麼聽得到所有人的聲音?
3 我看不見所有的人

　但為什麼看得見所有的東西？
4 我看不見所有的人
　但為什麼知道所有的人在做什麼？
5 為什麼北醫精神科急性病房裡面
　今天還是一個人都沒有
　只有我一個人在這裡？
6 是不是北醫精神科急性病房裡面都

　沒有醫護人員及病人
7 這樣我在這裡面怎麼辦？
　我被關在一個沒有人的醫院？？？
　請麻煩兩位護士回答我以上 7 個問題

以下是鄭護理師寫給我的一段話

沒有人會陪你走完一輩子
走到最後還是自己一個
所以你要樂在其中
享受孤獨和寂寞
自己愛自己

自己陪伴自己
沒有人會幫你一輩子
所以你要學習堅強和獨立
做最壞的打算
盡最大的努力
人應該在積極中前進
快樂活著

以下是我改編以上鄭護理師說的話
我的改編分成正面和負面兩個版本

以下是我的正面版本

沒有人會陪我走完一輩子
我走到最後還是剩下我自己一個人
所以我要樂在其中
享受極度的孤獨和極度的寂寞
自己愛自己
自己陪伴自己
沒有人會幫我一輩子

所以我要學習並學會堅強和獨立
做最壞的打算
盡最大的努力
我應該在積極中前進
快樂活著

以下是我的負面版本

永遠沒有人會陪我走完一輩子
我還沒走到最後就已經剩下我自己一個人
所以我不會樂在其中
我不會享受孤獨也不會享受寂寞
我自己不會愛自己
我自己不會陪伴自己
永遠沒有人會幫我
所以我不會學習堅強也不會學習獨立
我不會做最壞的打算
也不會盡最大的努力
我應該在消極中後退

永遠痛苦的活著

龐龐
我正面和負面都是重心
龐龐
你是不是希望我重心放在正面？龐龐
像你的回應就是逼我向負面

龐龐
原來我的負面就是像你
這種回應
逼我走負面
龐龐
你想殺了我嗎？
龐龐
你可以殺了我
希望你殺了我
龐龐
我懦弱你就可以欺負我嗎？
龐龐

你一點愛心都沒有
龐龐
就是因為你這種人太多了
所以我只想回應你龐龐
就是因為你這種人太多了
所以我只想回應你
龐龐
你可以負面
但是不可欺人太甚
我可能因為第一個留言的龐龐而自殺
龐龐
對不起
我不怪你了
我不想害你
龐龐
但是你的留言確實傷害了我
龐龐
我不會自殺
我有罪
同歸於盡

我死了
如果你會高興
我就死
龐龐
對不起
你也可以殺了我
我不想傷害你
龐龐會害我自殺

我的頭腦跟別人的頭腦真的是完全不一樣
我真的分裂了
感謝龐龐傷害我
對
是我自己傷害自己
對
只有我能救我自己
黃彤彤
我只有讀許添盛醫師的書
但是我無法專心讀

而且我不知道許添盛醫師的書算不算賽斯書？

感謝大家的留言
我要關閉留言功能了

《我因為以下這一件事情痛苦萬分》
因為我失去記憶了
所以我一直都在看我過去寫的筆記本和日記本尋找記憶
雖然我失去記憶了
但是我的記憶都在我過去寫的筆記本和日記本裡
以上是我以後發文的前言
請大家要永遠記住以上我的前言
以後我的發文都會省略以上我的前言
我會直接分享我的日記和筆記
請大家一定要記住以上我的前言
也就是說
以後我的發文都不會再寫我的前言了

以上是我以後發文的說明
我之所以寫以上的說明
是因為我發文的前言都是一樣的
如果每一次我的發文都寫我的前言
大家就會以為我重複發文
大家就會不知道其實我每一次的發文都
是不一樣的
請問大家了解我的意思嗎？

我因為寫以上這一篇說明讓我的心裡感
覺痛苦萬分痛苦不堪
請大家一定要記得我有嚴重精神疾病
也一定要記得我是一個會思考的瘋子

我不寫前言了
大家也應該知道我要寫的前言是什麼了
因為我已經跟大家說明過了
大家也應該都知道了

我分享我過去寫的筆記和日記

100 年 9 月 1 日
人災人禍
天災人禍
人災天禍
天災天禍
災跟禍
災難跟禍患
都是人跟天造成的
所以人該不該死
天該不該毀滅
地該不該大地震
海該不該枯乾
太陽該不該消失
月亮該不該給冠男
星星該不該撞地球
地球該不該爆炸
神仙該不該受罪
佛就更不用寫了

100 年 9 月 1 日

我的人際互動出了嚴重的問題
我善良誰了解
我為什麼不說話
因為我一說話
而且是一句好話
卻人人離我而去
不知道我有多麼善良
人人都不了解我的心有多善良
我是好人
為什麼人人會怕我
究竟出了什麼問題
到底出了什麼問題
到底是怎麼一回事
為什麼人人都離我遠去
為什麼人人都離開我
所以因為這樣
我也害怕人人
我也遠離人人
離開人人

Vicky Ng 這些文章都是我過去寫的筆記和日記
但是我現在失去記憶
我的記憶功能已經受損
所以我只能看我過去的筆記和日記尋找記憶
還好我過去寫了一大堆筆記和一大堆日記
不然我都沒有記憶了

Vicky Ng 我喜歡我的過去
我喜歡我過去寫的所有的筆記和日記
我發現我的過去雖然是精神疾病的痛苦生活
但是我覺得我過去活得非常有趣
所以我看我過去寫的筆記和日記就夠了

陳正玲 我以前可能可以當作家
但是現在可能不行了

因為我現在失去記憶
我的記憶功能受損了
而且我又有精神疾病
每一天都要去北醫精神科日間留院復建治療

Yo You 這些文章都是我過去寫的
可悲現在我已失去記憶
因為我的記憶功能受損
所以我現在只能看和抄我過去寫的一大堆筆記和一大堆日記尋找記憶不然我都沒有記憶了

Chen Joyce 我最想恢復記憶找回一切記憶

Chen Joyce 然後我就可以死了
因為活著也沒有用了

雖然我一句話都沒有說

但是我每一句話都說了
雖然我一個字都沒有寫
但是我每一個字都寫了
每個人都有人陪伴
只有我沒有人陪伴
每個人都有人陪伴在一起
只有我孤獨孤單自己一個人陪伴自己
每個人都有喜樂的時候
只有我永遠都沒有喜樂
每個人都有正面的思想
只有我永遠都是負面的
每個人都可以跟別人說話和互動
只有我不可以跟別人說話和互動
因為我有非常嚴重的精神疾病
我一再的公開我有嚴重的精神疾病
因為我必須讓全世界每個人都知道

我有27個不可以
1不可以說話
2不可以笑

3 不可以樂觀
4 不可以打電話
5 不可以唱歌
6 不可以看人
7 不可以看電視
8 不可以看電影
9 不可以畫圖
10 不可以聽聲音
11 不可以罵人
12 不可以打人
13 不可以接近人
14 不可以合群
15 不可以快樂
16 不可以幸福
17 不可以慶祝
18 不可以結婚
19 不可以有伴
20 不可以有朋友
21 不可以有順境
22 不可以有喜事

23 不可以歡喜
24 不可以去外面
25 不可以簡單
26 不可以記得
27 不可以忘記

劉澤興 這27個不可以是我以前在北醫精神科的日記抄下來的

我先把以上留言的你們
都按哭臉
請見諒

我現在在北醫精神科日間留院病房復建治療

其實我很感動你們的留言

這27個不可以是我以前的日記抄下來的

這不只有27個不可以

我真的不會跟人類說話和相處

黃品蓉 有很多人都說我是外星人

我真的非常的害怕人類

但是我覺得你們並不可怕

我真的有這27個不可以
這27個不可以是我從小到大一直都有的不可以

我活越久就會有更多的不可以

Sibyl Huang 我會試著一個一個慢慢拆把不可以變成可以

梁素惠 我不可以不可以不可以

不可以
不可以不可以
不可以不可以不可以

可以

感謝所有給我按表情符號和留言的人

潘波波版主強調寫自己和自己寫
以下就是我的寫自己和自己寫
我的悲觀人生觀跟大家分享

1
追求幸福是人生最大的不幸
追求不幸是人生最大的幸福
所以我不喜歡追求幸福而一直不停的追求不幸

2

為什麼現在夫妻很容易離婚
為什麼現在情侶很容易分手
因為夫妻一天到晚都想離婚
因為情侶一天到晚都想分手
所以我永遠不結婚永遠不談戀愛

3
為什麼我永遠孤獨孤單永遠沒有朋友
因為我非常害怕交朋友也害怕談戀愛
所以我永遠不交朋友也永遠不談戀愛

4
為什麼每個人都喜歡幸福快樂
因為每個人都不知道幸福快樂是痛苦
為什麼我不喜歡幸福快樂
因為我知道幸福快樂是痛苦

5
為什麼我13歲就罹患嚴重精神疾病
因為我受了非常非常非常大的傷害

一個看起來非常愚笨的人卻是全世界最有智慧的人就是大智若愚
一個看起來非常聰明的人卻是全世界最沒智慧的人就是大愚若智
一個看起來非常快樂的人卻是全世界最痛苦的人就是大苦若樂
一個看起來非常痛苦的人卻是全世界最快樂的人就是大樂若苦
我就是一個綜合以上4種都有的人
也就是說我的人格分裂了分裂成4種
甚至分裂成百千萬億種人格
我是一個大智若愚又是一個大愚若智又是一個大苦若樂又是一個大樂若苦的人
我是一個發瘋的人也就是一個瘋子
但是我跟其他瘋子不一樣的地方就是我是一個會思考的瘋子
我是一個會追根究底的瘋子
但是我發瘋了

我已經看精神科看了26年了
我已經在精神科住院26年了
我也不知道我為什麼會寫以上這一篇
貼文
我不知道為什麼
也可以說
我忘記了為什麼
我不知道
我忘記了
我感覺痛苦不堪
我感覺痛苦萬分
為什麼我感覺痛苦不堪
為什麼我感覺痛苦萬分
因為我不知道為什麼
因為我忘記了為什麼
我不知道為什麼我感覺痛苦不堪
我忘記了為什麼我感覺痛苦萬分
但是我可以確定的是
我有嚴重的精神疾病
因為

我每一天都要去北醫精神科病房復建

有一個人
前天失去眼睛
昨天失去耳朵
今天失去嘴巴
現在這一個人
看不見所有的人事物
聽不到所有的聲音
再也說不出話來
也就是說這一個人變盲聾啞
大家都說這是這個人的報應
這個人卻說我終於可以說話
我沒有失去嘴巴
也沒有失去耳朵
只有失去了眼睛
至少我可以說話
至少我可以聽到
只是我看不見了

《劉冠男的每一天》

冠男每一天都神經過敏

冠男每一天都緊張

冠男每一天都不安

冠男每一天都不愉快

冠男每一天都擔心

冠男每一天都苦惱

冠男每一天都害怕

冠男每一天都有自殺的想法

冠男每一天都胃口不好

冠男每一天都情緒低落

冠男每一天都無法單獨離家

冠男每一天都責備自己

冠男每一天都有阻礙

冠男每一天都覺得寂寞

冠男每一天都感覺憂鬱

冠男每一天都心情不好

冠男每一天都失去興趣

冠男每一天都覺得別人不了解自己

冠男每一天都覺得別人在注視自己

冠男每一天都覺得別人在談論自己
冠男每一天都失眠
冠男每一天都重複檢查所做的事情
冠男每一天都重複一模一樣的動作
冠男每一天都猶豫不決
冠男每一天都呼吸困難
冠男每一天都懼怕而避開所有的活動
冠男每一天都覺得沒有希望
冠男每一天都不能專心
冠男每一天都無法集中注意力
冠男每一天都覺得受到刺激
冠男每一天都害怕跟別人在一起
冠男每一天都害怕跟別人說話
冠男每一天都害怕所有的人
冠男每一天都避開所有的人
冠男每一天都遠離所有的人
冠男每一天都害怕買東西
冠男每一天都害怕去任何地方
冠男每一天都感到恐慌
冠男每一天都感覺孤獨

冠男每一天都感覺孤單
冠男每一天都感覺自己沒有價值
冠男每一天都覺得自己有罪過
冠男每一天都害怕坐公車
冠男每一天都害怕坐捷運
冠男每一天都害怕買東西
冠男每一天都害怕每個人
冠男每一天都害怕說話
冠男每一天都害怕跟任何人說話
冠男每一天都害怕去任何地方
冠男每一天都害怕接近任何人
冠男每一天都遠離每個人
冠男每一天都覺得孤獨
冠男每一天都覺得孤單
冠男每一天都覺得寂寞
冠男每一天都不斷失去記憶尋找記憶
《北醫精神科日間留院病房》

蕭仔彤 我是極度悲觀主義者

Jessica Jung 我無法活在當下
劉愛瓊 我真的非常辛苦啊
許記珠 感謝版主和大家都願意聽我訴說心情訴說痛苦
許記珠 我也想改變
但是一直改變不了
我希望有一天真的改變
林佳瑩 我一直都在承認自己有嚴重精神疾病
劉宇惠 我13歲就被精神科醫師診斷有精神分裂症
不要說我沒有生病
說我沒有生病是非常傷害我的一句話
吳武麟 我存在就是最大的價值嗎？
余意文 我不求解脫
我只求痛苦
楊禮蔚 我什麼都不求也還是不快樂
Nancy Ju Nancy 我轉個念看看會不會快樂
我轉個念還是不快樂

我不知道要轉什麼念
才會快樂
應該說我轉什麼念都不快樂
但是我感謝你的留言

王英群 我求得是痛苦
Wu Patty 我就是無法放空自己
Wu Patty 從我的身體走出一位13歲的男孩
他內心受傷恐懼
他站在我面前無助的模樣顫抖著 現在我用愛和憐憫包容的心抱抱我眼前這一位內心受傷恐懼無助的模樣顫抖著的13歲小男孩
Wu Patty 我已經想像從我身體走出一位13歲的男孩 他內心受傷恐懼 他站在我面前無助的模樣顫抖著 現在 我用愛和憐憫包容的心抱抱我眼前的這位小男孩
Wu Patty 我抱了很多次我眼前這位13

歲的小男孩
Emma Lin 我就是在用不幸的一生在治癒童年
陳子恩 我不清淨不平靜不喜樂不寧靜
我只有痛苦
不用羨慕我
Sandy Jhong 我自己的人生是自己要負責任

潘波波 楊書華是不是認為我是邪惡的？
卻不知道我是全世界最純真的人
但是每個人都誤解我
潘波波 我有 4 本許醫師的書
潘波波
我有 4 本許醫師的書
《歸零 重新開始》
《許醫師諮商現場》
《人生的幸福清單》
《身心靈健康的 10 堂必修課》
可悲的是我都無法專心讀這四本書

潘波波 為什麼我只會按哭臉？
其他的表情符號我都不敢按？

潘波波 我按了
但是好可怕
潘波波 我按了
但是好痛苦
潘波波 我先練習把愛心看成是自己灌
溉出來的小花再給你按愛心
潘波波 你不要傷心
我好傷心
潘波波 我還是要誠實
只是我怕傷害到別人
劉依 有人說我像古人
我說我是一個發瘋的古人
失憶的古人
失去記憶的古人
有嚴重精神疾病的古人
我感覺我的多愁善感非常非常非常非常
的嚴重

似曾相識的感覺也非常非常非常非常的嚴重
非常可怕
但是我一直都在思考
還有忍受一切痛苦

關於社團規定的5個問題和5個問題的答案
1
為什麼不能保持友善和禮貌

因為全世界每個人都無法保持友善和禮貌

2
為什麼會有仇恨言論和霸凌

因為全世界每個人都充滿了仇恨言論和霸凌行為

3

為什麼會有推銷廣告和垃圾訊息

因為全世界充滿了推銷廣告和垃圾訊息

4

為什麼無法尊重所有人的隱私

因為全世界每個人都不尊重所有人的隱私

5

為什麼會有重覆或過多相同或類似的轉貼文

因為全世界充滿了重覆和過多相同和類似的轉貼文

陳勝財 我認為是善的 看過去都是善的 我認為是惡的

看過去都是惡的
奇怪的是
我認為是善的
為什麼看過去都是惡的
我認為是善的
為什麼看過去都是惡的

陳勝財 我在物質世界裡所看到的非常不簡單
而且非常複雜
陳勝財 我希望簡單
但是卻都不簡單
如果能簡單就好了
陳勝財 我的設計圖是不是設計壞了？
陳勝財 那我花一輩子的時間來修理設計圖

潘波波要劉冠男寫感謝文
每一天 20 條

劉冠男簡稱冠男
冠男就是我
我現在就來寫 20 條
1 感謝爸爸
2 感謝媽媽
3 感謝妹妹
4 感謝自己
5 感謝北醫精神科日間留院病房
6 感謝我罹患精神分裂思覺失調症
7 感謝我罹患社交恐懼症
8 感謝我罹患被害妄想症
9 感謝我罹患人格分裂症
10 感謝全世界每個人都不了解我
11 感謝全世界每個人都不愛我
12 感謝每一天都有人罵我
13 感謝每一天都有人虐待我
14 感謝每一天都有人霸凌我
15 感謝每一天都有人傷害我
16 感謝每一天我都有食物可以吃
17 感謝每一天我都有水可以喝

18 感謝每一天我都可以讀書
19 感謝每一天我都可以寫字
20 感謝我罹患了 27 年的嚴重精神疾病

我分享今天劉冠男和劉玲君的對話

劉冠男說 沒有用
劉玲君說 什麼事情沒有用
劉冠男說 我沒有用
劉玲君說 天生我才必有用
劉冠男說 天生我才沒有用
劉玲君說 哈哈
每個人都是獨一無二的
劉冠男說 每個人都是無獨有偶的
劉玲君說 我昨天打死了很多隻蚊子
你那裡有蚊子嗎
劉冠男說 我這裡沒有蚊子
只有神經病
劉玲君說 你好幽默喔

劉冠男說 我是神經病
劉玲君說 是會思考的神經病
劉冠男說 是會思考的瘋子
劉玲君說 對啊 你臉書都這樣寫
劉冠男說 有人說我現在是前所未有的

成功

劉玲君說 那個人也很幽默
劉冠男說 你為什麼一直笑
劉玲君說 我覺得你寫的內容很好笑
劉冠男說 我不說話也不笑
劉玲君說 你不說話也不笑會不會很悶
劉冠男說 我不說話也不笑真的很悶

《劉冠男的每一天》
冠男每一天都神經過敏
冠男每一天都緊張
冠男每一天都不安
冠男每一天都不愉快

冠男每一天都擔心
冠男每一天都苦惱
冠男每一天都害怕
冠男每一天都有自殺的想法
冠男每一天都胃口不好
冠男每一天都情緒低落
冠男每一天都無法單獨離家
冠男每一天都責備自己
冠男每一天都有阻礙
冠男每一天都覺得寂寞
冠男每一天都感覺憂鬱
冠男每一天都心情不好
冠男每一天都失去興趣
冠男每一天都覺得別人不了解自己
冠男每一天都覺得別人在注視自己
冠男每一天都覺得別人在談論自己
冠男每一天都失眠
冠男每一天都重複檢查所做的事情
冠男每一天都重複一模一樣的動作
冠男每一天都猶豫不決

冠男每一天都呼吸困難
冠男每一天都懼怕而避開所有的活動
冠男每一天都覺得沒有希望
冠男每一天都不能專心
冠男每一天都無法集中注意力
冠男每一天都覺得受到刺激
冠男每一天都害怕跟別人在一起
冠男每一天都害怕跟別人說話
冠男每一天都害怕所有的人
冠男每一天都避開所有的人
冠男每一天都遠離所有的人
冠男每一天都害怕買東西
冠男每一天都害怕去任何地方
冠男每一天都感到恐慌
冠男每一天都感覺孤獨
冠男每一天都感覺孤單
冠男每一天都感覺自己沒有價值
冠男每一天都覺得自己有罪過
冠男每一天都害怕坐公車
冠男每一天都害怕坐捷運

冠男每一天都害怕買東西
冠男每一天都害怕每個人
冠男每一天都害怕說話
冠男每一天都害怕跟任何人說話
冠男每一天都害怕去任何地方
冠男每一天都害怕接近任何人
冠男每一天都遠離每個人
冠男每一天都覺得孤獨
冠男每一天都覺得孤單
冠男每一天都覺得寂寞
冠男每一天都不斷失去記憶尋找記憶
《北醫精神科日間留院病房》

《劉冠男說愛情害死每個人》

每個人本來都是有用的人
但是因為愛情變成沒有用的人

每個人本來都是好人
但是因為愛情變成壞人

每個人本來都是有智慧的人
但是因為愛情變成愚痴的人

每個人本來都是富有的人
但是因為愛情變成貧窮的人

每個人本來都是健康的人
但是因為愛情變成不健康的人

每個人本來都是活著的人
但是因為愛情變成死亡的人

鄭凱丰 我主要是說愛情會害死人
真的會害死人
所以我要永遠單身

陳勝財 我沒有愛情
也沒有友情
只有親情

我永遠不會去交女朋友
因為我知道愛情會害死人
所以我要永遠單身

Yo You 但是我的劇本都是寫痛苦的經驗
Yo You 因為我一直住在精神病院
Yo You 我一直都在努力接受自己的所有
問題是我接受得了嗎？
Yo You 你覺得我正常就正常吧
因為你不是我
你不知道我經歷了什麼
更不知道我經歷了什麼童年
可能是我有吃藥你覺得我正常
如果我沒有吃藥
你都不知道我是什麼樣子
我再怎麼說你都覺得我正常
我也沒辦法

劉冠男 那你沒吃藥時是什麼樣子？
Yo You 發瘋的樣子
Yo You 自言自語自問自答
Yo You 我接受自己的不完美
Yo You 我沒有愛情的經驗 我只有痛苦的經驗
Yo You 如果要說我有愛情的經驗
可以說都是痛苦的經驗
也就是說我經驗的愛情都是痛苦的
AI IA 為什麼這麼多人都說我的文筆好？

Gigi Kuo 相反地
我是沒有用的人
我不是好人
我不是有智慧的人
我不是健康的人
我不是活著的人
我是沒有用的人
我不是好人
我不是有智慧的人

我不是富有的人
我不是健康的人
我不是活著的人
對不對？
Penny Lim 對
但是我真的不懂愛情
我只相信有人跟我說的一句話
愛自己就是最好的愛情

《我的臉書貼文合集》
《關於父母做了萬惡之首的事生下我們》
《關於人類是畜生》
其實我無法寫這麼多
所以我把一些我的臉書貼文複製貼上複製貼上又複製貼上再複製貼上才完成以下這一篇文章

人類會痛苦是因為父母做了萬惡之首的事害我們出生

因為父母做了萬惡之首的事才害我們痛苦的出生
人類因為父母的淫慾而出生
所以人類也一定會因為自己做的淫慾之事而死亡
人類因為父母的淫慾而出生
人類也會因為自己的淫慾而死亡
因為父母做了萬惡之首的事才生下了我們
所以我們也會因為萬惡之首而死亡
因為萬惡淫為首
請問人類知道自己不是人嗎？
請問每個人知道自己是畜生嗎？
請問每個人為什麼要做畜生？
請問每個人為什麼都不知道自己是畜生？

每個人都是畜生
只是每個人都不知道自己是畜生
每個人都是畜生
只是每個人都不承認自己是畜生

每個人確實都是畜生不是人
人類是畜生
不論男女老少都是畜生
男生女生都是畜生
尤其是男生
雖然男女都是畜生
男生是畜生裡面的畜生
男生是罪該萬死的畜生
每個人都畜生不如
但是卻沒有人知道
現在不論男女老少都是畜生
有人覺得我在罵人
那我問人類難道你們都不是畜生嗎
請問人類不是畜生是什麼？
人類已經沒有資格活著了
每個人都該死
人類是最該死的動物
人類不如一隻狗一隻貓
狗比人類善良
貓比人類善良

所以才有人類畜生不如之說
每個人都是有用的人
只有我是一個沒有用的人
我無法跟人類在一起
也永遠不會跟人類在一起
因為人類全部都是惡魔
因為人類全部都是畜生
我也是惡魔
我也是畜生
但是我是一個善良的惡魔善良的畜生
也可以說我是全世界最善良的惡魔
也可以說我是全世界最善良的畜生
只是沒有人了解
也沒有人知道

劉宇惠 因為我毫無力量
而且被賽斯和人類毀滅了
而且我已經死了

我沒有用也很有用

我沒有力量也很有力量
我的沒有力量幻化成最有力量的文字對
生活怒吼與咆哮
將憂鬱捲成了漩渦
感染了板上的群友
每個人的根本都只是存在
光是存在就有價值

Johnny Yang 孝順父母
Johnny Yang
我想孝順父母
但是無法孝順父母
你知道嗎？

《劉冠男寫給自己的情書》
靜靜聽著 劉冠男
我為你唱一首愛歌
當你明晨醒過來
再也尋不到我的蹤影
你會知道

我已離你遠去
劉冠男
不要怨我
劉冠男
不要恨我
我原想與你消磨一生
無奈生命如此短促
當你閉上眼睛
笑聲永遠留在耳邊
我雖然遠離
愛情永遠留在心中
劉冠男
不要悲傷
劉冠男
不要絕望
牢記我倆真摯的愛情
你我會在天崖相逢
劉冠男 不要悲傷
劉冠男 不要絕望
牢記我倆真摯的愛情

你我會在天崖天崖相逢

我整天一直都在看我過去寫的一大堆筆記和一大堆日記
我已經跟大家說明過原因了
我就不再寫原因了

我分享我過去寫的筆記和日記

99年5月3日
在北醫精神科日間留院病房
李俐璇護理師要我把不喜歡的1000億件事改成想想喜歡的事寫下來
我只好試試看寫下來
我只好寫喜歡的如下

我喜歡讀書
我喜歡寫字
我喜歡洗澡
我喜歡洗頭

我喜歡洗臉
我喜歡洗手
我喜歡刷牙
我喜歡乾淨
我喜歡喝水
我喜歡吃藥
我喜歡睡覺
我喜歡思考
我喜歡孤獨
我喜歡悲劇
我喜歡安靜
我喜歡悲傷
我喜歡哭泣
我喜歡堅強
我喜歡勇敢
我喜歡仇恨
我喜歡善良
我喜歡痛苦
我喜歡品德
我喜歡家裡

我喜歡桌子
我喜歡椅子
我喜歡沙發
我喜歡眼鏡
我喜歡電燈
我喜歡冷氣
我喜歡櫃子
我喜歡獎狀
我喜歡書本
我喜歡整理
我喜歡整齊
我喜歡複雜
我喜歡混亂
我喜歡煩惱
我喜歡悲觀
我喜歡清淨
我喜歡空間
我喜歡時間
我喜歡逆境
我喜歡日期

我喜歡對獎
我喜歡衣服
我喜歡褲子
我喜歡鞋子
我喜歡藍筆
我喜歡黑筆
我喜歡聰明
我喜歡智慧
我喜歡道德
我喜歡回憶
我喜歡記憶
我喜歡記得
我喜歡困難
我喜歡困境
我喜歡困擾
我喜歡障礙
我喜歡阻礙
我喜歡幻覺
我喜歡錯覺
我喜歡恐怖

我喜歡悲劇
我喜歡中文
我喜歡重複
我喜歡善良
我喜歡仇恨
我喜歡休息
我喜歡安靜
我喜歡悲哀
我喜歡悲傷
我喜歡乖巧
我喜歡的事就先寫到此了

李俐璇護理師
我必須停止寫喜歡的事了
因為越寫心裡越痛苦越煩惱
我寫喜歡的事
真的越寫心裡越痛苦
為什麼我寫喜歡的事
會越寫頭腦越頭痛越傷腦
會越寫心裡越煩惱越痛苦

我覺得是因為
我不喜歡寫喜歡的事
我喜歡寫不喜歡的事

以上是我過去寫的筆記和日記跟大家分享
請大家一定要記住我有嚴重精神疾病也
請大家一定要記住我失去記憶了
我一直都在依靠過去我寫的筆記本和日記本尋找我失去的一切記憶

以下是鄭護理師寫給我的一段話

沒有人會陪你走完一輩子
走到最後還是自己一個
所以你要樂在其中
享受孤獨和寂寞
自己愛自己
自己陪伴自己
沒有人會幫你一輩子

所以你要學習堅強和獨立
做最壞的打算
盡最大的努力
人應該在積極中前進
快樂活著

以下是我改編以上鄭護理師說的話
我的改編分成正面和負面兩個版本

以下是我的正面版本

沒有人會陪我走完一輩子
我走到最後還是剩下我自己一個人
所以我要樂在其中
享受極度的孤獨和極度的寂寞
自己愛自己
自己陪伴自己
沒有人會幫我一輩子
所以我要學習並學會堅強和獨立
做最壞的打算

盡最大的努力
我應該在積極中前進
快樂活著

以下是我的負面版本

永遠沒有人會陪我走完一輩子
我還沒走到最後就已經剩下我自己一個人
所以我不會樂在其中
我不會享受孤獨也不會享受寂寞
我自己不會愛自己
我自己不會陪伴自己
永遠沒有人會幫我
所以我不會學習堅強也不會學習獨立
我不會做最壞的打算
也不會盡最大的努力
我應該在消極中後退
永遠痛苦的活著

媽媽
我在賽斯跟一個人吵架了
而且很嚴重
為了這一篇文章跟一個人變成仇人
我不想跟他再吵架了

我分享今天劉冠男和劉玲君的對話

劉冠男說 沒有用
劉玲君說 什麼事情沒有用
劉冠男說 我沒有用
劉玲君說 天生我才必有用
劉冠男說 天生我才沒有用
劉玲君說 哈哈
每個人都是獨一無二的
劉冠男說 每個人都是無獨有偶的
劉玲君說 我昨天打死了很多隻蚊子
你那裡有蚊子嗎
劉冠男說 我這裡沒有蚊子

只有神經病

劉玲君說 你好幽默喔

劉冠男說 我是神經病

劉玲君說 是會思考的神經病

劉冠男說 是會思考的瘋子

劉玲君說 對啊 你臉書都這樣寫

劉冠男說 有人說我現在是前所未有的

成功

劉玲君說 那個人也很幽默

劉冠男說 你為什麼一直笑

劉玲君說 我覺得你寫的內容很好笑

劉冠男說 我不說話也不笑

劉玲君說 你不說話也不笑會不會很悶

劉冠男說 我不說話也不笑真的很悶

《劉冠男說明自己的痛苦》

痛苦就是自己一個人孤獨

卻又害怕跟別人在一起

痛苦就是一個人孤獨
卻又害怕兩個人相處
痛苦就是沒有朋友
卻又害怕交朋友
痛苦就是沒有人愛
卻又自己不愛自己
痛苦就是自己已經發瘋了
卻沒有人了解
痛苦就是自己已經失憶了
卻沒有人知道
痛苦就是自己已經精神錯亂了
卻又要忍受別人的惡言惡語
痛苦就是自己已經不想活了
卻還要為了別人活著
痛苦就是活著沒有意義
卻還是要活著
痛苦就是想自殺
卻又不能自殺
痛苦就是想殺人
卻又不能殺人

痛苦就是自己已經一直不停的受苦
卻還要忍受每個人的傷害
痛苦就是自己已經死了
自己卻還活著
痛苦就是心已經死了
人卻還活著
痛苦就是自己的心已經死了
自己卻還要活著受別人傷害
痛苦就是想幫助受苦的人離苦
自己卻已經自身難保自顧不暇
痛苦就是自己不論做什麼事情
都感覺痛苦
痛苦就是不停的受苦
卻還是要不停的受苦
痛苦就是沒有人了解自己的痛苦
也沒有人知道自己的痛苦
痛苦就是活在這個世界
卻不能離開這個世界
痛苦就是不愛這個世界
卻還是要活在這個世界

痛苦就是不愛人類害怕人類痛恨人類
卻還是必須要一直跟人類在一起
痛苦就是我早就發瘋了
卻沒有人知道沒有人了解沒有人明白
而且還要一直不停的受人類的傷害
痛苦就是沒有人知道我的痛苦
痛苦就是沒有人了解我的痛苦
痛苦就是沒有人明白我的痛苦
而且人類還要一直不停的給我痛苦
我的痛苦就是無窮無盡不停的痛苦
而且痛苦永遠都不會停止

每個人只要做到這 20 個字
而且這 20 個字全部都做到
新冠狀病毒就會消失
可惜全世界沒有人一個人可以把這 20
個字全部都做到
所以新冠狀病毒永遠不會消失
除非每個人把這 20 個字全部都做到
新冠狀病毒就會消失

如果全世界每個人做不到這20個字
新冠狀病毒就永遠不會消失
只有全世界每個人把這20個字全部做到
新冠狀病毒就會消失
可悲的是全世界沒有一個人做得到
20個字如下
忠 恕 廉 明 德
正 義 信 忍 公
博 孝 仁 慈 覺
節 儉 真 禮 和

這是我的第六感第七感第八感第九感還有第十感告訴我的
因為我有第六感第七感第八感第九感還有第十感

我有話要說

我寧願乾乾淨淨的死亡

也不願骯骯髒髒的活著

人類打我罵殺我都沒關係

人類忽略我不理我沒關係

人類傷害我虐待我沒關係

我非常痛恨人類
我非常害怕人類

人類不知道我需要關心
人類不知道我需要幫助
人類不知道我需要照顧

人類不知道我的感覺
人類不了解我的感覺
人類不明白我的感覺
人類不懂得我的感覺

我有話要說

我寧願乾乾淨淨的死亡
也不願骯骯髒髒的活著

人類打我罵殺我都沒關係

人類忽略我不理我沒關係

人類傷害我虐待我沒關係

我非常痛恨人類
我非常害怕人類

人類不知道我需要關心
人類不知道我需要幫助
人類不知道我需要照顧

人類不知道我的感覺
人類不了解我的感覺

人類不明白我的感覺
人類不懂得我的感覺

Nancy Ju Nancy 我覺得小狗比人類善良
所以我不害怕小狗
我只害怕人類

謝繡婕 我是以嚴重精神疾病的立場發文
怎麼會是反串文
你不了解我
又不認識我
怎麼可以說我寫的是反串文
你以哪種身份說我寫的是反串文

龐龐
我還活著
你可以安心了
我沒有自殺

你也沒有害我自殺
我說你害我自殺只是我一時的氣話
你不用放在心上
你也不用一直覺得害我自殺
我不會再怪你害我自殺了
只是我已經不是地球人了
我已經變成一個外星人了
現在我一個人孤獨的在外星球
我已經看過你在賽斯家族心靈分享團所有的貼文
我才知道原來你是一個好人
我剛才看到今天你的貼文在問
請問劉某還活著嗎
原來你這麼關心我
我給你按了一個哭臉
表示我很感動
我還活著
我沒有自殺
你也沒有害我自殺
你可以安心了

只是我已經不是地球人了
我已經變成一個外星人
現在我一個人孤獨的在外星球
寫這一篇文章
發這一篇文章給賽斯家族心靈分享團
回覆龐龐的貼文

請問
這個世界上到底還有沒有一個真正的好人？
因為現在的好人都是假的
好人根本就都是壞人
好人是化了妝的壞人
這個世界上根本就沒有好人

Ricky Teng
我好人的定義是善良的人
但是要真正的善良
龔品蓁
所以我覺得每個人都是

壞人
因為我都遇到遇到人性陰暗面
林永勝
我覺得我不是好人
因為帶給大家痛苦
Cindy Chang
你怎麼知道我受了很大的傷？
我確實受了很大的傷

蔡毓芳
不好的狀況就會害一個好人變成壞人
不好的狀況會早就壞人
好人就是因為不好的狀況變成壞人

《劉冠男有話要說》
今年是2020年
但是我感覺像是世界末日
也發現是世界末日的前兆
也可以說不是世界末日的前兆
也可能就是世界末日

也可以說根本就是世界末日
因為我觀察 2020 年
很多人罹患癌症
很多人罹患精神疾病
很多人發瘋
很多人腦中風
很多人腎衰竭
很多人洗腎
很多人離婚
很多人分手
很多人殺人
很多人自殺
很多人墮胎
很多人家破人亡
很多人失去父親
很多人失去母親
很多人失去兒子
很多人失去女兒
很多人失去兄弟姐妹
很多人殺了父親

很多人殺了母親
很多人殺了兒女
很多人殺了哥哥
很多人殺了弟弟
很多人殺了姐姐
很多人殺了妹妹
很多人殺了兄弟姐妹
很多人發生車禍死亡
很多人發生意外事故而死亡
很多人吵架
很多人打架
很多人暴力相向
很多人虐待兒女
很多人虐待老人
很多人虐待動物
很多人為非作歹
很多人胡作非為
很多人傷天害理
很多人作惡多端
很多人殺人放火

很多人挑撥離間
很多人自私自利
很多人害人害己
很多人失去生命
很多人相繼死亡
我還有很多很多很多很多很多話要說
但是
因為我自己就是嚴重精神疾病患者
所以我說不下去了
我先說到這裡
（劉冠男寫於2020年7月26日）

沒有人知道事情的真相
我當然也不知道事情的真相
也許只有那一幅在黑暗天空上的月亮
才知道事情的真相

《劉冠男的平等觀》
快樂就是痛苦
擁有就是沒有

得到就是失去
好人就是壞人
好事就是壞事
正確就是錯誤
健康就是生病
正常就是反常
笑了就是哭了
正面就是負面
出去就是進來
睡覺就是死亡
醒來就是復活
活著就是死亡
死亡就是活著

黃金萱 我沒有想很多
只是一切都是平等的
想太多就是想太少
我確實想太多
但也是想太少
而且想的非常有趣

Savanna Hu
你說中庸之道
其實應該說是兩個極端

這就是實相
因為所有可能性“同時存在”
有正電荷 就有負電荷
且兩者之間 有“量子糾纏” ？
我存在 同時 也不存在
聽起來像 薛丁格的貓 ⁉️
劉冠男 量子力學的一個思想實驗..
Google 可查到 ？

Lita Summer 我不會騎車也沒有朋友
我唯一的朋友就是我自己
我現實生活一個朋友都沒有
我只有虛擬世界的朋友
像賽斯家族心靈分享團
就是我虛擬世界的朋友

我非常不快樂
根據許醫師的說法
只要過程是不快樂的
結果也不會是快樂的
因為我的過程是完全不快樂的
所以我的結果也會完全不快樂
因為我的人生過程是不快樂的
所以我的人生結果也不會快樂
所以我永遠都不會快樂

請問大家活著有什麼意思？
為什麼大家喜歡活著？
為什麼大家不喜歡死亡？
我一直在活著和死亡之間做掙扎和選擇
但是我卻一直活著
也一直死不了
我不喜歡活著也不喜歡死亡

人類輕視我

人類敵視我
人類否定我
人類懷疑我
人類欺負我
人類侮辱我
人類誤解我
人類孤立我
人類忽略我
人類傷害我
人類虐待我
人類遺棄我
人類歧視我
人類誤會我
人類不理我
人類不懂我
人類想害我
人類想打我
人類想殺我

Hoo View Leong

我存在也不存在

我的頭腦真的壞掉了
所以我真的錯了
我真的錯了
我很努力活著
但是我努力錯了
傷害了別人
也傷害了自己
我不會生活
也不會跟人類相處
所以我還是
不喜歡活著
也不喜歡死亡
但我會努力活著
我的頭腦和心靈都受傷了
謝謝大家
也對不起大家
因為我不知道自己在做什麼也不知道自己在哪裡

我只知道我真的罹患了嚴重的精神疾病
也已經在北醫精神科住院治療 26 年了
大家可以罵我可以打我
也可以殺了我
但千萬不要來找我
因為我真的非常非常的害怕人類

我的頭腦真的壞掉了
所以我真的錯了
我真的錯了
我很努力活著
但是我努力錯了
傷害了別人
也傷害了自己
我不會生活
也不會跟人類相處
所以我還是
不喜歡活著
也不喜歡死亡
但我會努力活著

我的頭腦和心靈都受傷了
謝謝大家
也對不起大家
因為我不知道自己在做什麼也不知道自己在哪裡
我只知道我真的罹患了嚴重的精神疾病
也已經在北醫精神科住院治療 26 年了
大家可以罵我可以打我
也可以殺了我
但千萬不要來找我
因為我真的非常非常的害怕人類

因為我失去記憶了
所以我每一天每一分每一秒都在從我過去寫的筆記本和日記本尋找我失去的記憶
雖然我失去記憶了
但是我的記憶都在我過去寫的筆記本和日記本裡
我再來繼續分享我的筆記和日記

100 年 9 月 1 日

冠男自訂北醫精神科病人的權利之一

1 醫護人員禁止打罵病人

2 醫護人員禁止批評病人

3 醫護人員禁止虐待病人

4 醫護人員禁止限制病人

5 醫護人員禁止不理病人

6 醫護人員禁止殺害病人

7 醫護人員務必尊重病人權利

100 年 9 月 1 日

冠男自訂北醫精神科病人的權利之二

1 醫護人員如果生病了請假了

就讓病人也請假

醫護人員請假幾天

病人就可以請假幾天

這是公平原則

2 醫護人員如果虐待病人

病人有權利打罵醫護人員

3 醫護人員如果殺害病人
病人也有權利殺害醫護人員
4 醫護人員如果突然死亡
因為意外事故死亡
病人有出院的權利
5 冠男如果死亡了
冠男會感謝北醫精神科急性病房和

日間病房

Vicky Ng 這是我自訂的病人權利

我喜歡以下這 4 句話分享給大家
1
我不能倒下去 因為我已經沒有任何依靠
2
這個世界上最痛苦的不是死刑 而是非常痛苦的過一生
3

健康的人可以有 100 個夢想
一個失去健康的人只有一個夢想就是健康
4
你必須非常努力才能相信自己真的是無能為力

共勉之

林佳瑩 我還想活
只是活得非常痛苦
但是想到地獄更苦

我有 14 個虛構的朋友
1 劉善良
2 劉善心
3 劉善意
4 劉善念
5 劉善解
6 劉善思

7 劉善用
8 劉善待
9 劉善行
10 劉善事
11 劉善法
12 劉善盡
13 劉善因
14 劉善果

陳勝財
我之所以會虛構朋友
是因為我非常害怕人

陳勝財
我的現實生活沒有朋友
所以我才會虛構朋友

陳勝財
我愛他們
但是我看不到他們

他們愛我嗎

《劉冠男只有一個朋友》
劉冠男就是我
我只有一個永遠的朋友
只有一個朋友會永遠陪著我
永遠陪伴我
這一個朋友就是我自己
一個人真正的好朋友是誰
就是自己
因為只有自己永遠陪伴自己
所以一定要善待自己
自己就是自己永遠的朋友
所以要善待自己
我只有一個朋友
而且這一個朋友永遠陪著我也陪伴我
這一個朋友是誰
就是我自己
自己就是自己永遠的朋友

我有 45 個害怕
1 害怕別人按門鈴
2 害怕開門
3 害怕別人打電話給我
4 害怕接電話
5 害怕打電話給別人
6 害怕打電話
7 害怕去餐廳吃飯
8 害怕餐廳裡的每個人
9 害怕去任何商店買東西
10 害怕商店裡的每個人
11 害怕買東西
12 害怕坐公車
13 害怕公車上的每個人
14 害怕坐火車
15 害怕火車上的每個人
16 害怕坐捷運
17 害怕捷運上的每個人
18 害怕坐計程車
19 害怕計程車司機

20 害怕逛百貨公司
21 害怕百貨公司裡的每個人
22 害怕去電影院
23 害怕電影院裡的每個人
24 害怕逛夜市
25 害怕夜市裡的每個人
26 害怕去眼鏡行
27 害怕眼鏡行的老闆和配眼鏡的人
28 害怕去理髮店
29 害怕理髮店的老闆和理髮的人
30 害怕去 KTV
31 害怕 KTV 裡的每個人
32 害怕去補習班
33 害怕補習班裡的每個人
34 害怕去住大飯店
35 害怕大飯店裡的每個人
36 害怕出去外面
37 害怕外面的每個人
38 害怕出家門
39 害怕家裡外面的每個人

40 害怕去游泳場
41 害怕游泳池
42 害怕游泳
43 害怕游泳場裡的每個人
44 害怕每一個地方
45 害怕每個人

2020 年 4 月 17 日
大家知道為什麼我永遠都不敢跟別人說話嗎？
大家知道為什麼我非常的害怕跟別人說話嗎？
因為跟別人說話是嚴重犯罪行為
跟別人說話要被判無期徒刑
跟別人說太多話要被判死刑
為什麼沒有人知道
只有我知道
其實有說過話的人都要被判無期徒刑或死刑
這個是學校教育一直都在教導學生的

為什麼沒有人知道
只有我知道
跟別人說話要被判無期徒刑
跟別人說太多話要被判死刑
難道學校教育只教導我
都沒有教導別人
還是這當中有非常嚴重的問題？
還是我有嚴重精神疾病的問題？

我有時是小孩有時像老人有時是神經病
有時是天才有時是外星人有時是瘋子

我有時是小孩有時像老人有時是神經病
有時是天才有時是外星人有時是瘋子

我有時是小孩有時像老人有時是神經病
有時是天才有時是外星人有時是瘋子
我經常受苦於失去一切記憶
還好我過去有寫一大堆筆記
還好我過去有寫一大堆日記

不然我是完全沒有記憶的
我說過我有 3000 本筆記本
我說過我有 4000 本日記本
其實我沒有 3000 本筆記本
其實我沒有 4000 本日記本
我之所以說我有 3000 本筆記本
是因為我過去寫了太多太多太多筆記
我之所以說我有 4000 本日記本
是因為我過去寫了太多太多太多日記
我只知道自己從 12 歲就罹患精神疾病
住了很久很久很久的精神病院
吃了很久很久很久的精神疾病的藥
受了很久很久很久的精神疾病之苦
受了很久很久很久的失去記憶之苦
今天我感覺非常非常非常的痛苦
所以我今天無法分享我的筆記和日記
但是我不知道為什麼
我也不知道這樣是不是對不起大家
我覺得對不起自己
也覺得對不起大家

對不起自己
對不起大家
對不起

每個人都病了
我也病了
而且都病得非常嚴重
每個人要好好休息治病
我也要好好休息治病
而我的病跟別人的病不一樣
晚安

我看到有一篇文章能暫時治療安慰我嚴
重的精神疾病
因為這一篇文章很像在描寫我的人生
也告訴我怎麼過我的一生
也告訴跟我一樣有嚴重精神疾病的人怎
麼過自己的一生
我分享這一篇文章內容如下

學習孤單

迷惑的孩子
生於空虛之中
學著承受孤單
學著在黑暗中找尋出路
終會有人在那等候著你
安慰你 照顧你
學著承受孤單
學著承當自己的朋友
別醉生夢死 別虛度光陰
有對雙臂將擁你入懷
你知道你的心是獨立自主的
笑看寂寞
迷惑的孩子
學著承受孤單
學著怎樣去愛孤單
學著怎樣去愛自己
學著怎麼去愛獨自享受的生命
學著承受孤單 享受孤單
生活就是如此

Vicky Ng
歌劇魅影寫的
本來就很感人
我加了一些字
變得非常感人
我自己也掉眼淚

Vicky Ng
我的心一直非常掙扎
不敢看大家的留言

我喜歡別人說的和自己想的 16 句話
1 一個人沒有健康就會什麼都沒有
2 一無所有就會擁有一切
3 最好的醫生就是自己
4 最好的醫院就是廚房
5 最好的藥物就是食物
6 如果是別人的錯我為什麼生氣
7 如果是自己的錯我憑什麼生氣

8 我有精神疾病就過精神疾病的日子
9 我有人格分裂就過人格分裂的日子
10 我有思覺失調就過思覺失調的日子
11 我有社交恐懼就過社交恐懼的日子
12 我有被害妄想就過被害妄想的日子
13 我有重度憂鬱就過重度憂鬱的日子
14 我有失去記憶就過失去記憶的日子
15 我有自閉症就過自閉症的日子
16 我害怕人類就過害怕人類的日子

前面 7 句話是聽別人說的
後面 9 句話是我自己想的
總共 16 句話

這讓我想起了賽斯說的這段話：
“在日常的每個時刻 你必須變得有意識到 你告訴自己的是真的 因為那就是你向外投射的實相”

言語也是能量 日本人所謂的“言靈”

我有 1000 億個座右銘

我先分享我的 20 個座右銘

1 沒病的比有病的還有病
2 有病的比沒病的還善良
3 說話要被判無期徒刑
4 說太多話要被判死刑
5 我非常害怕跟人類說話
6 自言自語比跟別人說話還有意義
7 我每一天每一分每一秒都失去記憶
8 我每一天每一分每一秒都在找記憶
9 我每一天每一分每一秒都在思考
10 我是一個會思考的神經病
11 我是一個會思考的瘋子
12 永遠不可以跟人類說話
13 影響生命存亡才可以跟人類說話
14 永遠不可以做壞事
15 我的精神疾病已經確定永遠不會好
16 痛苦萬分比幸福快樂有意義

17 痛苦萬分活著比幸福快樂活著更好
18 痛苦萬分痛苦不堪才叫做人生
19 永遠不要傷害別人
20 永遠都要善待自己

我寫以上我的 20 個座右銘
真的是痛苦萬分痛苦不堪
因為我是帶著嚴重精神疾病寫的

孤獨是我的命
因為沒有人了解我
也沒有人會陪伴我
從小到大都是如此
我一直活在孤獨之中
我一直都在孤獨之中長大
我永遠都是孤獨到死亡為止

雖然今天是我的生日
但是都沒有人陪伴我
我只能自己陪伴自己

我自己一個人過生日
沒有人會來陪伴我的
沒有人陪伴我
這就是我的命

雖然我一句話都沒有說
但是我每一句話都說了
雖然我一個字都沒有寫
但是我每一個字都寫了
每個人都有人陪伴
只有我沒有人陪伴
每個人都有人陪伴在一起
只有我孤獨孤單自己一個人陪伴自己
每個人都有喜樂的時候
只有我永遠都沒有喜樂
每個人都有正面的思想
只有我永遠都是負面的
每個人都可以跟別人說話和互動
只有我不可以跟別人說話和互動
因為我有非常嚴重的精神疾病

我一再的公開我有嚴重的精神疾病
因為我必須讓全世界每個人都知道

我從 13 歲就開始看精神科
我都直接說精神科
我絕不會說身心科
我看精神科已經看了 26 年
我也在精神科住院 26 年
我已經吃了 26 年精神科的藥
還是要繼續吃藥
而且要吃一輩子

我整晚都沒有睡覺
我整晚都在寫兩篇文章
我用整晚的時間寫了兩篇文章
我寫這兩篇文章真的是痛苦萬分
但是我就是為了人類而寫
為了新冠狀病毒而寫
為了讓新冠狀病毒消失而寫
我寫的過程真的是痛苦不堪痛苦萬分

但是為了讓新冠狀病毒消失而寫
為了讓人類離苦得樂而寫
我寫得痛苦萬分痛苦不堪也值得

8/11
主耶穌
如果我現在唸一個咒語就會讓全世界每個人都死亡
可以嗎？
我已經找到這個咒語了
只看我要不要唸這個咒語了

劉玲君 我還沒唸這個咒語
因為我知道主耶穌會讓這個咒語失效

當日本人入侵中國並使中國人原已夠艱難的生活更加艱辛時
李弟兄在其私人筆記上寫道：
「地上的人受災難
教會受難為

這並非神心願的時代
乃是神手續的時代
神是要用手續達到祂的心願
從手續的時代轉到心願的時代
這轉彎的地方需要人作轉移時代的禱告

但以理就是這樣的人
地上受災難
是因為地上的人不要神
不顧神的事
所以聖徒如果要禱告
結束災難的時候
聖徒就必須答應神的要求
顧到神和祂的需要
今天這許多的災難
該叫我們醒過來
不再向著地求
今天真是我們該徹底奉獻
以代表教會來答應神的要求
好叫神有路可以進來

將這手續的時代轉成祂心願的時代」
（以上內容出自李常受文集）
（劉冠男打字）
（新喬阿姨昨天叫劉冠男寫的）
（劉冠男忘記寫了而且也忘記要寫哪一段）
（劉冠男只好全部都寫）
（因為劉冠男昨天忘記寫了）
（所以劉冠男今天補寫）

我發瘋了我失憶了
但是我沒有告訴任何人
也沒有辦法告訴任何人
我只能自己一個人忍受發瘋
也只能自己一個人忍受失憶
沒有人知道我發瘋了
也沒有人知道我失去記憶了
沒有人了解我發瘋了
也沒有人了解我失去記憶了
沒有人明白我發瘋了

也沒有人明白我失去記憶了
沒有人懂我發瘋了
也沒有人懂我失去記憶了
我已經不是地球人了
我已經變成了一個外星人
我現在自己一個人孤獨的在外星球
我是一個發瘋又失去記憶又非常孤獨孤單的外星人
不論我如何在臉書上說明
都沒有一個地球人會了解

《為什麼我不論如何都感覺痛苦》
吃飯感覺痛苦
喝水感覺痛苦
睡覺感覺痛苦
上廁所感覺痛苦
洗澡感覺痛苦
洗頭感覺痛苦
洗臉感覺痛苦
洗手感覺痛苦

說話感覺痛苦
不說話感覺痛苦
看電視感覺痛苦
看電影感覺痛苦
聽音樂感覺痛苦
唱歌感覺痛苦
聽歌感覺痛苦
出門感覺痛苦
不出門感覺痛苦
坐著感覺痛苦
站著感覺痛苦
走路感覺痛苦
跑步感覺痛苦
運動感覺痛苦
看到好人感覺痛苦
看到壞人感覺痛苦
看到小孩感覺痛苦
看到大人感覺痛苦
看到男生感覺痛苦
看到女生感覺痛苦

看到帥哥感覺痛苦
看到美女感覺痛苦
看到什麼人都感覺痛苦
忘記事情感覺痛苦
失去記憶感覺痛苦
思考感覺痛苦
上學感覺痛苦
上課感覺痛苦
回家感覺痛苦
不回家感覺痛苦
坐車感覺痛苦
不坐車感覺痛苦
搭捷運感覺痛苦
不搭捷運感覺痛苦
滑手機感覺痛苦
看手機感覺痛苦
玩手機感覺痛苦
留言感覺痛苦
看留言感覺痛苦
按讚感覺痛苦

按笑臉感覺痛苦
按哭臉感覺痛苦
按愛心感覺痛苦
按什麼表情符號都感覺痛苦
現在寫這一篇文感覺痛苦
等一下看大家的留言一定也感覺痛苦
回覆大家的留言一定也感覺痛苦
還有百千萬億個痛苦的例子
只是我無法寫出全部的痛苦
因為我有寫不完的痛苦

請問大家我到底是怎麼了？
我看大家的留言就好了
我不回覆大家的留言
因為我實在是太痛苦了
快要痛苦死了
如果我回覆大家的留言
我就會真的因為痛苦而死亡

叫許醫師過來罵我打我殺我

因為許醫師答應我要這麼做
如果許醫師沒有辦法來罵我打我殺我
那就是許醫師欺騙我了
還有如果管理員刪了這篇文
那就是許醫師和管理員串通
我就告許醫師詐欺罪
還有賽斯家族心靈分享團
趕快叫許醫師過來罵我打我殺我
不然我就告許醫師毀謗罪
如果許醫師不殺我
那許醫師就是騙子
如果大家還為許醫師說話
那大家跟許醫師就是共犯
許醫師看診說要殺了我還說一定做到
請問這樣的醫師算什麼精神科醫師？

《劉冠男說明自己的痛苦》
痛苦就是自己一個人孤獨
卻又害怕跟別人在一起
痛苦就是一個人孤獨

卻又害怕兩個人相處
痛苦就是沒有朋友
卻又害怕交朋友
痛苦就是沒有人愛
卻又自己不愛自己
痛苦就是自己已經發瘋了
卻沒有人了解
痛苦就是自己已經失憶了
卻沒有人知道
痛苦就是自己已經精神錯亂了
卻又要忍受別人的惡言惡語
痛苦就是自己已經不想活了
卻還要為了別人活著
痛苦就是活著沒有意義
卻還是要活著
痛苦就是想自殺
卻又不能自殺
痛苦就是想殺人
卻又不能殺人
痛苦就是自己已經一直不停的受苦

卻還要忍受每個人的傷害
痛苦就是自己已經死了
自己卻還活著
痛苦就是心已經死了
人卻還活著
痛苦就是自己的心已經死了
自己卻還要活著受別人傷害
痛苦就是想幫助受苦的人離苦
自己卻已經自身難保自顧不暇
痛苦就是自己不論做什麼事情
都感覺痛苦
痛苦就是不停的受苦
卻還是要不停的受苦
痛苦就是沒有人了解自己的痛苦
也沒有人知道自己的痛苦
痛苦就是活在這個世界
卻不能離開這個世界
痛苦就是不愛這個世界
卻還是要活在這個世界
痛苦就是不愛人類害怕人類痛恨人類

卻還是必須要一直跟人類在一起
痛苦就是我早就發瘋了
卻沒有人知道沒有人了解沒有人明白
而且還要一直不停的受人類的傷害
痛苦就是沒有人知道我的痛苦
痛苦就是沒有人了解我的痛苦
痛苦就是沒有人明白我的痛苦
而且人類還要一直不停的給我痛苦
我的痛苦就是無窮無盡不停的痛苦
而且痛苦永遠都不會停止

我今天和過去在北醫精神科日間病房寫的兩篇短文
第一篇是我今天在北醫精神科病房寫的
第二篇是我過去在北醫精神科病房寫的
第二篇短文在北醫精神科被精神科醫師貼在網站上是得獎作品
1
我不愛任何人
也不恨任何人

我不愛任何事
也不恨任何事
我不愛任何物
也不恨任何物
我不愛任何地方
也不恨任何地方
我不愛一切人事物地
也不恨一切人事物地
所以我害怕所有的人也害怕所有的事也害怕所有的物品也害怕所有的地方
2
請每個人記住
不要用愛來傷害我
愛我等於傷害我
不愛我也等於傷害我
請每個人記住
不要用恨來傷害我
恨我等於傷害我
不恨我也等於傷害我
請每個人記住

不要用你們的愛和恨來傷害我

許添盛醫師說
提醒大家
照顧好自己的心情
照顧好自己的心情
照顧好自己的心情
很重要 所以說三遍
但是
劉冠男病人說
我永遠照顧不好自己的心情
我永遠照顧不好自己的心情
我永遠照顧不好自己的心情
很重要 所以說三遍
但是
劉冠男病人繼續說
我一直都在努力照顧好自己的心情
我一直都在努力照顧好自己的心情
我一直都在努力照顧好自己的心情
很重要 所以說三遍

共勉之

有人問我什麼人最幸福？
我回答沒有朋友沒有人愛的人最幸福

劉玲君 有兩個原因
因為我知道也確定我永遠沒有朋友也沒有人愛 所以我只好把沒有朋友沒有人愛當做幸福
因為現在的朋友都是壞人現在人的愛都是假的
所以沒有朋友沒有人愛
反而是一種幸福

感謝文
1感謝我想殺人
2感謝我想自殺
3感謝我想殺人和自殺
4感謝我無法跟任何人相處
5感謝我無法跟任何人說話

6 感謝我無法跟任何人互動
7 感謝沒有人了解我
8 感謝沒有人愛我
9 感謝一直給我痛苦的人
10 感謝一直傷害我的人
11 感謝一直虐待我的人
12 感謝不了解我的人
13 感謝不愛我的人
14 感謝這個世界一直讓我受苦
15 感謝人類一直傷害我
16 感謝人類一直虐待我
17 感謝這個世界沒有好人
18 感謝這個世界都是壞人
19 感謝這個世界有因果報應
20 感謝沒有人了解我有精神疾病

潘波波 我不知道有什麼好處 只是想讓大家知道我有精神病 因為我真的有嚴重精神疾病
只是要讓大家知道我有精神疾病

因為如果大家不知道我有嚴重精神疾病
那大家就不知道我有精神疾病
大家就會不知道為什麼我一直都在角落
自言自語自問自答
大家就不知道我的嚴重怪異的言語行為
是因為我有嚴重精神疾病
如果大家知道我有嚴重精神疾病 那大家就會知道我為什麼有嚴重的詭異言語行為 我有說不完的一連串詭異言語行為
是因為我有嚴重精神疾病 這只是我簡單的解釋
你懂嗎？
還有一大堆我沒有解釋說明的事情

潘波波 我從小到現在都還沒有跟人類說過話
在我的現實生活中都還沒有跟人類說過話

我只有在臉書跟人類說話
你知道嗎？
你相信嗎？

潘波波 我不 po 可以嗎
因為我已經從我的書中知道太多奇跡事
件不可思議事件了
只是我覺得太痛苦了

潘波波 你知道你說的正好相反嗎？
我忘記了我的痛苦記憶
我的痛苦在於我想不起來我的痛苦

因為我失去記憶了
所以我只能依靠我過去寫的一大堆筆記
和一大堆日記找回我的記憶
雖然我失去記憶了
但是我的記憶都在筆記本和日記本裡
我分享我的筆記和日記

2013年2月11日
如果有一天
我的妹妹劉玲君能了解我這個哥哥有那麼那麼多麼的傷心
還有我的朋友能了解我這個朋友有多麼多麼多麼的痛心
那我就會非常非常非常疼惜我的妹妹和朋友

2013年2月12日
如果有一天
我的親人和朋友都能了解我是多麼多麼多麼的孤獨和悲傷
以及了解我有多麼多麼多麼的善良和沉默所帶來的巨大痛苦
那我就會非常非常非常的疼惜我的親人和朋友

2013年2月12日
我

就是一個孤獨的出現在人群之中
又是一個孤獨的離開人群的人
這就是我
所以我總是孤獨的
想找人說話
卻又不敢找人說話
所以我總是孤獨一個人
所以我總是一個人孤獨的出現在人群之中
又一個人孤獨的離開人群
因為我在人群之中總是孤獨的
想找人說話
卻又不敢找人說話
所以我總是孤獨一個人
所以我總是一個人孤獨的在人群之中
又一個人孤獨的離開人群

2013年2月12日
無論如何
我總是堅持一顆善良的心

大家只會關心別人
從來都不會關心我
我從小到大都沒有人關心我
請問我從出生到現在哪一個人有關心過
我
從來沒有
所以我才會罹患精神疾病

黃新喬 新喬阿姨
對不起
我恨每個人
因為沒有人了解我的病

黃新喬 你知道嗎？
爸爸會傷害我
媽媽也會傷害我
妹妹也會傷害我

黃新喬 你到現在都還不知道爸爸媽媽

妹妹還有每個人都是撒旦嗎？

黃新喬 我已經受不了我嚴重精神疾病的折磨了
我必須說實話了
因為我已經病得快死亡了
但是主耶穌不讓我死
爸爸不讓我死
媽媽不讓我死
妹妹不讓我死
每個人都不讓我死
然後又一直不斷的傷害我

劉玲君 沒有人了解我
也不可能了解我

黃新喬 你們知道我是全世界最嚴重的精神疾病患者嗎？

黃新喬 好

但是我永遠不要跟人類在一起
我害怕人類也痛恨人類
因為人類不關心我
因為人類不了解我

劉玲君 你只了解了一些
你知道嗎？
我有 1000 億個人格
你只寫了 21 個

劉玲君 感謝你只了解我一些

曾頎峰 你知道嗎？
英文對我來說就是一種傷害

曾頎峰 沒有幫助
一點幫助都沒有

劉冠男的人生就像歌劇魅影的一生

《劉冠男就像歌劇魅影》

被拋棄的孩子 生來空虛 學著孤單 學著找到黑暗中的路 那個等著你 安慰你關心你的人 學著孤單 學著一人作伴夢想著整個世界 到處是擁抱你的臂膀正如你心所想 你獨自擔當 那麼 孤獨時放聲大笑 被拋棄的孩子 學著孤單學著去愛 孤單的生活 學著孤單 我們可以獨自生活 我們可以獨自去愛

主耶穌

為什麼敦化國小的學生不是嫖客就是妓女？

為什麼只有我不是

請問為什麼

這是我多年以來的大疑問？

請警察局的警察去調查一下

黃新喬 我的意思是指我以前在讀敦化國小的時候

男同學都是嫖客
女同學都是妓女
媽媽妹妹和你都不懂我說的意思
只有爸爸懂

劉玲君 因為我看到班上的男同學和女同學都在做愛和付錢

劉玲君 很奇怪 不只我們班上這樣
每一間教室都這樣
所以我才會說敦化國小的學生不是嫖客就是妓女

劉玲君 在教室做愛和付錢
我親眼看到男同學和女同學做愛和付錢
而且不是只有我們班這樣
其他教室也都是這樣
所以我說敦化國小的學生不是嫖客就是妓女

劉玲君 老師也是嫖客
劉玲君 男老師都是嫖客
女老師都是妓女
男女老師跟學生也是一樣不是嫖客就是妓女

劉玲君 從以前我早就知道敦化國小有嚴重的問題
只是我都沒有說出來

劉玲君 奇怪 這麼只有我看到敦化國小這樣
敦化國小就是妓院
所以我才會說
敦化國小的老師和學生不是嫖客就是妓女
但是沒有人知道也沒有人相信

劉玲君 有兩個原因
《1》因為我知道也確定我永遠沒有朋

友也沒有人愛 所以我只好把沒有朋友沒有人愛當做幸福
《2》因為現在的朋友都是壞人現在人的愛都是假的
所以沒有朋友沒有人愛反而是一種幸福

我又盲又聾又啞又失憶又人格分裂
我失去了眼睛
我失去了耳朵
我失去了嘴巴
我失去了記憶
我永遠看不見了
我永遠聽不到了
我永遠說不出了
我永遠記不得了
但是最可怕的是沒有人知道
沒有人知道我看不見了
沒有人知道我聽不到了
沒有人知道我說不出了
沒有人知道我失去記憶了

沒有人知道我人格分裂了
沒有人知道我精神分裂了
沒有人知道我有 1000 億個人格

黃新喬
新喬阿姨
我知道你的辛苦
我寧願自己忍受淒苦
我自己忍受就好了
反正我從小到大都沒有人真正了解我
我再怎麼說明也沒有人會懂

如果全世界每個人都知道我發瘋了
我的心才會平靜
如果全世界有一個人不知道我發瘋了
我的心就永遠不會平靜

潘波波 以前爸爸媽媽傷害我的時候我
會打爸爸媽媽

但是吃完藥我就不會打爸爸媽媽了
是吃藥幫助我控制的

母親節我只想哭
母親節我只想問媽媽
為什麼媽媽在母親節離開我

請問
有一口飯
我永遠不會把這一口飯吃下去的原因是什麼？

沒有人了解我
換句話說
沒有人了解劉冠男
也可以說
永遠沒有人會了解劉冠男

我愛你其實就是我恨你
所以不要再說我愛你了

因為
我愛你最後都會變成我恨你
每個人都是如此
所以大家不要再說我愛你了
每個人說我愛你都是騙人的

我有4個永遠
1永遠不快樂
2永遠不幸福
3永遠不健康
4永遠沒朋友

現在活著的人都是該死的人
現在死亡的人都是該活的人
換句話說
該死的人都沒有死
不該死的人都死了
再換句話說
壞人都沒有死
好人全都死了

天災人禍
災難頻傳
多災多難
家破人亡
都是壞人造成的
因為好人都死了
好人都怎麼死的
都被壞人害死了
全世界的好人都被壞人害死了
全世界的壞人都殺了好人活著
全世界的好人都死了
全世界的壞人都活著
所以才有新冠狀病毒

曾頎峰 你覺得我是壞人我就是壞人
你覺得我是好人我就是好人

曾頎峰 說真的
我自己覺得我是一個壞人
但是是一個最善良的壞人

許添盛醫師說的5句話

1拿回自己的力量

為自己負責

為自己而活

2我們來地球是出差

不是來受苦

3疾病的出現乃是為了

矯正個性

4沒有事實

只有信念

5不要為了別人而活

也不要期待別人為你而活

林枚君老師說的3句話

1找回赤子之心

以孩子的心態

過成年人的生活

2家不是講道理的地方

家是表達愛的地方

3 開心就做
　不開心就不做
　你沒有欠任何人

關倩芝老師說的 2 句話
1 在你愛別人之前
　你首先必須愛你自己
2 當你能夠真正原諒自己
　你才能夠真正原諒別人

以上是劉冠男的分享

這個世界沒有快樂
只是沒有人懂

《劉冠男失去記憶聲明》
1 我發現我過去寫的筆記本和日記本寫的比作家寫的還好看
2 因為我現在失去記憶
我只能依靠讀我過去寫的筆記本和日記

本尋找一切失去的記憶
3 所以我只能分享我過去寫的筆記和日記
4 請大家不要叫我去參加任何比賽
因為我現在已經失去記憶了
5 請大家一定要知道和記得我有嚴重精神疾病而且是一個會思考的瘋子
6 雖然我失去記憶了
但是我一直都在努力尋找記憶
7 因為我失去記憶了
所以我每一天每一分每一秒都在尋找記憶
8 我尋找記憶的方法只有一直讀我過去寫的筆記本和日記本
9 失去記憶是我最大的痛苦和煩惱
10 我一定要找回一切記憶
11 失去記憶真的非常可怕
12 我好害怕失去記憶的感覺
13 還好我過去有寫一大堆筆記和日記
14 感謝自己過去有寫很多筆記和日記

不然我什麼記憶都沒有了
15 感謝我自己過去寫的筆記和日記
不然我就什麼記憶都沒有了
16 最可怕的是沒有人知道我失去記憶了
17 我不知道我是從什麼時候開始失去記憶的

Vicky Ng 你覺得我是罹患精神官能症？

其實我罹患了所有的精神疾病
現在最慘的是失憶症

Vicky Ng 現在我可能要依靠賽斯家族心靈分享團的成員幫我恢復記憶

Vicky Ng 如果沒有人幫助我
我就只能靠自己了

Vicky Ng 只有一個方法
就是問我問題

如果有人想幫助我恢復記憶
只有一個方法
就是問我問題

Candice Ho 我忘記我過去快樂的事情
了

莊雅雯 我想要成功
需要恢復過去的記憶
找回過去一切失去的記憶

對 過去太痛

我有７本自己寫的書
但是還沒寫完而且也決定不出版
就算我寫完了也還是決定不出版
應該說我非常害怕出版
不是因為我寫的不好
而是因為我寫的內容太恐怖了

我自己看了都會害怕
我看了自己寫的內容真的非常的害怕
所以我決定永遠不出版
自己看就好了
我寫的7本書名如下
1《愛就是恨》
2《負面也是一種正面》
3《正能量就是負能量》
4《神經病研究所》
5《精神病研究所》
6《神經病》
7《精神病》

我現在不知道我在哪裡
但是我現在我好像是在天堂或地獄
等我知道我是在天堂還是地獄
因為我這7本書都只寫了一點點也就是
還沒有寫完
而且寫得很多地方都有障礙
也就是我每一本都寫的亂七八糟

等我在天堂或地獄整理我寫的內容而且寫完回到人間再分享
我真的無法出版
我寫的書的內容只能分享不能出版
因為我很多地方寫的亂七八糟而且我真的無法把我寫的整理好
因為我有嚴重精神疾病
請大家見諒

我爸爸說我有三叉神經痛和嚴重精神疾病
不要一直為了要出版的事情煩惱
要先照顧好自己

余紹銘 可以
但是只能分享一點點
因為我自己也搞不清楚我寫的內容屬於要放在哪一本書名裡面
也就是說
我連我寫的內容要寫在我的7本書名的

哪一本都不知道
而且我也才寫一點點而已

因為我自己也搞不清楚我寫的內容屬於
要放在哪一本書名裡面
也就是說
我連我寫的內容要寫在我的7本書名的
哪一本都不知道
而且我也才寫一點點而已

我以後會慢慢分享我寫的7本書的內容
給賽斯家族心靈分享團

我要說明一件事
關於我寫的這7本書
根本等於才剛開始寫而已
所以我一再強調我只寫了一點點
只是也寫的不算少
也就是說我寫的不多也不少

我再說明一件事
關於我寫的這７本書
內容都是寫我自己說過的話的筆記
而且我說過是非常恐怖非常可怕的話
你們要能接受
你們看了可能會受不了
這就是不能出版的原因
因為你們一直要我出版或分享
你們就要接受我寫的內容
因為我有嚴重精神疾病
因為我真的是嚴重精神疾病患者
我真的是一個會思考的瘋子
寫出來當然非常恐怖非常可怕

Peng Wan Chia 我沒有在說笑 我說的是事實

原諒曾經傷害你的人
原諒曾經傷害我的人

原諒曾經傷害他的人
原諒你曾經傷害的人
原諒我曾經傷害的人
原諒他曾經傷害的人
原諒每個人

《劉冠男寫如何對待自己》分享給大家
認識自己
接受自己
放過自己
寬恕自己
喜愛自己
活出自己
超越自己
感謝自己
肯定自己
讚美自己
靜觀自己
反省自己
激勵自己

幫助自己
照顧自己
保護自己
治療自己
關心自己
研究自己
了解自己
善待自己

2020 年以上全部我都沒有做到
或者說以上全部我都只做到一點點
希望 2021 年以上全部我都能做到
以上全部是我 2021 年的目標
共勉之

其實全世界都已經毀滅了
其實每個人都已經死亡了
以上兩句話
信不信由你

今天全世界每個人都在罵人打人殺人

今天一整天我親眼目睹人類都在罵人打人殺人

今天每一分每一秒人類都在罵人打人殺人

但是都沒有人在管

我親眼目睹今天一整天每一分每一秒每個人都被罵被打被殺

所以全世界都毀滅了

所以每個人都死亡了